

Zestawienie średnich wartości odżywczych jadłospisów z
okresu w dniu 2023-12-22, Kuchnie: Kuchnia Ogólna,

Lp	Dieta	Składniki odżywcze										
	Kod	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]	Witamina C [mg]	WW [Por]	Blonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól (g)	suma cukrów prostych [g]	kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]
1	PODSTAWOWA	2 313,16	92,09	70,15	372,47	173,78	37,36	30,97	2 362,35	5,905875	67,84	25,91
2	ŁATWOSTRAWNA	2 400,73	91,13	81,85	369,55	119,54	37,24	27,71	2 408,67	6,021675	67,10	27,66
3	Z ogr.łatw.przysw.węgl.	2 223,99	90,80	74,72	353,13	186,09	35,45	37,72	1 989,45	4,973625	56,99	26,55
4	O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ	2 271,05	89,28	71,40	355,75	100,85	35,82	22,25	2 355,74	5,88935	63,25	26,89
5	ŁATW.Z OGR.TŁ.	2 339,45	90,58	70,18	367,15	65,02	36,98	22,42	2 055,36	5,1384	66,87	27,97
6	Z OGR.SUBST.POBUDZ.WYDZ.S.ŻOŁ	2 340,78	97,49	59,58	380,40	71,43	38,26	26,01	1 358,50	3,39625	76,15	24,87
7	UBOGOENERGETYCZNA 1000	1 211,82	48,23	44,40	188,47	155,47	18,93	19,56	3 132,68	7,8317	11,68	12,42
8	BOGATOBIAŁKOWA	2 444,11	110,25	82,05	355,70	106,71	35,78	24,38	4 537,78	11,34445	61,80	29,22
9	PAPKOWATA	2 378,95	114,36	77,46	329,70	90,69	33,14	26,68	3 732,72	9,3318	78,05	35,49
10	PLYNNA	2 281,64	102,69	94,86	269,02	57,53	26,93	17,91	771,57	1,928925	64,27	52,80
11	BOGATORESZTKOWA	2 411,94	89,68	79,52	411,84	190,97	41,42	47,19	2 455,13	6,137825	76,33	26,19

Sporządził